

Утверждаю  
Заведующий  
Полагенко Е.В.



14 ноября МЕНЮ 2024  
САД 12 ЧАСОВ

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ГРЕЧКА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ, САХАР ПЕСОК, МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ)	150	4,4	5,0	14,1	119,1	0,6
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ (КАКАО-Порошок, МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, САХАР ПЕСОК)	200	3,1	2,6	11,6	82,8	0,5
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ, ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА, ВЫСШ СОРТ)	40/10	3,0	8,5	19,5	166,2	
Итого			400	10,5	16,1	45,2	368,1	1,1
<b>Обед</b>								
2012	56	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПЮЙ СО СМЕТАНОЙ (КАРТОФЕЛЬ, ПШЕНО, МОРКОВЬ, ЛУК РЕПЧАТЫЙ, МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ)	180/10	2,2	3,8	14,1	104,0	
2008	272	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ С МЯСОМ КУРОМ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, ЛУК РЕПЧАТЫЙ, МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, КУРЫ ПОЛУТОПР. 1 КАТЕГОРИИ, СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ)	150	7,7	7,1	23,0	186,7	
2012	37	САЛАТ "СВЕКОЛКА" СВЕКЛА (МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ)	50	0,9	2,1	5,3	43,4	
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ), САХАР ПЕСОК, ВОДА ПИТЬЕВАЯ)	180			6,8	27,1	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ)	50	3,3	0,4	21,2	102,0	
Итого			620	14,1	13,4	70,4	532,3	
<b>Полдник</b>								
2008	214	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ, МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ, МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ ВОДА ПИТЬЕВАЯ, СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ, РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ, ЛИЦА КУРИНЫЕ (ШТ.))	70	12,1	6,5	6,2	131,6	
2012		РИС ОТВАРНОЙ (ГРЕЧКА РИСОВАЯ, СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ, МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ, МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ)	130	2,7	8,3	28,5	199,1	
2018	37	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ И СВЕКЛЫ КАРТОФЕЛЬ (МОРКОВЬ, МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ СВЕКЛА)	50	1,4	3,9	9,8	79,8	
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ САХАР ПЕСОК)	180			6,8	27,1	
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА, ВЫСШ СОРТ)	40	3,1	0,3	20,1	27,1	
Итого			470	19,3	19,0	71,4	532,3	
<b>Ужин</b>								
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК, САХАР ПЕСОК, МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ)	200	3,1	2,4	12,7	85,4	0,5
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (СЫР РОССИЙСКИЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ)	40/10	4,9	3,2	17,0	116,7	
Итого			250	8,0	5,6	29,7	202,1	0,5
Всего			1840	54,2	54,2	226,6	1608,7	3,2

Повар Шанц В.И.

Воспитатель Кулясова Е.В.